



TURINYS

KIEK MANYJE PASLAPČIŲ?

- 8 Iš kur aš atsiradau?
- 10 Kaip aš augu?
- 12 Iš ko sudarytas mano kūnas?
- 14 Kaip veikia mano kūnas?
- 16 Kas dengia mano kūną?
- 18 Ką junta mano kūnas?
- 20 Kaip aš jaučiuosi?
- 22 Kuo aš skiriuosi nuo kitų?

NORIU BŪTI SVEIKAS

- 26 Kodėl žmonės serga?
- 28 Ką valgyti, kad būtum sveikas?
- 30 Kaip augti sveikai?
- 32 Kodėl žmonės miega?

ŽMONĖS ŠALIA MANEŠ

- 36 Ką vadiname šeima?
- 38 Kas yra draugystė?
- 40 Kas manimi rūpinasi?
- 42 Kam reikalinga pagalba?

ŽMONIŲ VEIKLA

- 46 Ką žmonės dirba?
- 48 Ką veikiame laisvalaikiu?
- 50 Kas yra menas?
- 52 Kas yra muzika?
- 54 Kas yra šokis?
- 56 Kas yra teatras?
- 58 Kodėl žmonės sportuoja?
- 60 Kuo galime keliauti?

MUS SUPANTI APLINKA

- 64 Kokius daiktus naudojame?
- 66 Kuo rengiamės?



- 68 Kur gyvename?
70 Kokius pastatus stato žmonės?



AUGALŲ PASAULIS

- 74 Kokių augalų yra žemėje?
76 Kaip auga augalai?
78 Kas turi žiedus?
80 Kokie augalai yra valgomi?
82 Kokie augalai yra didžiausi?
84 Kuo naudingi augalai?



GYVŪNŲ PASAULIS

- 88 Kas moka skraidyti?
90 Kas gyvena vandenyje?
92 Kas savo jauniklius maitina pienu?
94 Kokių gyvūnų daugiausia?
96 Kas mėgsta šildytis saulėje?
98 Kas ropoja, o kas šliaužia?
100 Kokius gyvūnus augina žmonės?



ŽEMĖ

- 104 Kas slypi Žemės gelmėse?
106 Kokie yra žemynai ir vandenynai?
108 Koks Žemės paviršius?
110 Iš kur tiek vandens Žemėje?
112 Kas yra oras?
114 Kodėl keičiasi metų laikai?
116 Kaip reikia saugoti Žemę?



DANGAUS KŪNAI

- 120 Kokios planetos skrieja aplink Saulę?
122 Kas naktį spindi danguje?

RODYKLĖ





?





?



KIEK
MANYJE
PASLAPČIŲ?



IŠ KUR AŠ ATSIKADAU?



- VAIKAI ATSIKANDA SUSIJUNGUS DVIEJŲ ŽMONIŲ – MOTERS IR VYRO – DALELĖMS. ŠIS SUSIJUNGIMAS VADINAMAS **APVAISINIMU**.

Dalelės, galinčios susijungti ir sukurti naują gyvybę, vadinamos lytinėmis ląstelėmis.



Moters ląstelė vadinama **kiaušialąste**, vyro – **spermatozoidu**.

Po apvaisinimo susidariusi nauja ląstelė vadinama **zigota**.



Šio laikotarpio mes neprisimename.

AŠ TO NEPAMENU...



Užsimezgęs vaisius auga
mamos gimdoje. Nuo
trečio nėštumo mėnesio jis
reikalingas medžiagas gauna
per **virštelę**. Gimus virštelė
nudžiūna, o toje vietoje
susidaro randas – tai **bamba!**



Per devynis nėštumo mėnesius vaisius auga ir keičiasi.



Gimdoje vaisių supa vandenys.
Penktą nėštumo mėnesį jis gali
girdėti garsus ir matyti šviesą!

Po devynių mėnesių
vaisius yra pasirengęs
gimti.



Pirmą mėnesį po gimimo
kūdikis vadinamas
naujagimiū.



Aš turiu pusseseres
dvynes. Tai tiems patiems
tėvams vienu metu gimę
du vaikai.



Kaip aš augu?

- AUGDAMAS KASDIEN IŠMOKSTI NAUJŲ DALYKŲ IR VIS DAUGIAU SUŽINAI APIE MUS SUPANTĮ PASAULĮ.



Mūsų protas ir kūnas nuolat keičiasi.



Po kūdikystės ateina vaikystė. Po vaikystės – paauglystė. Paskui mes suaugame.



Kiekvienas žmogus auga skirtingu greičiu.

Smarkiausiai augame iki 2-ųjų gyvenimo metų ir paauglystėje.

Gerai, kad liaujamės augti!
Jei visą laiką augtume vienodu greičiu, būtume maždaug 6 metrų ūgio!





Suaugę žmonės pradeda gyventi savarankiškai, tampa atsakingi už save ir savo veiksmus.



Suaugę žmonės gali kurti visaverčius santykius, įgyvendinti savo planus ir svajones.

Suaugęs žmogus ir toliau keičiasi. Jo plaukai žyla, atsiranda raukšlių, kinta svoris ir ūgis.



Skirtingose šalyse senatve laikomas skirtingas žmogaus amžius. Kai kurie žmonės gyvena 100 metų ir net daugiau!

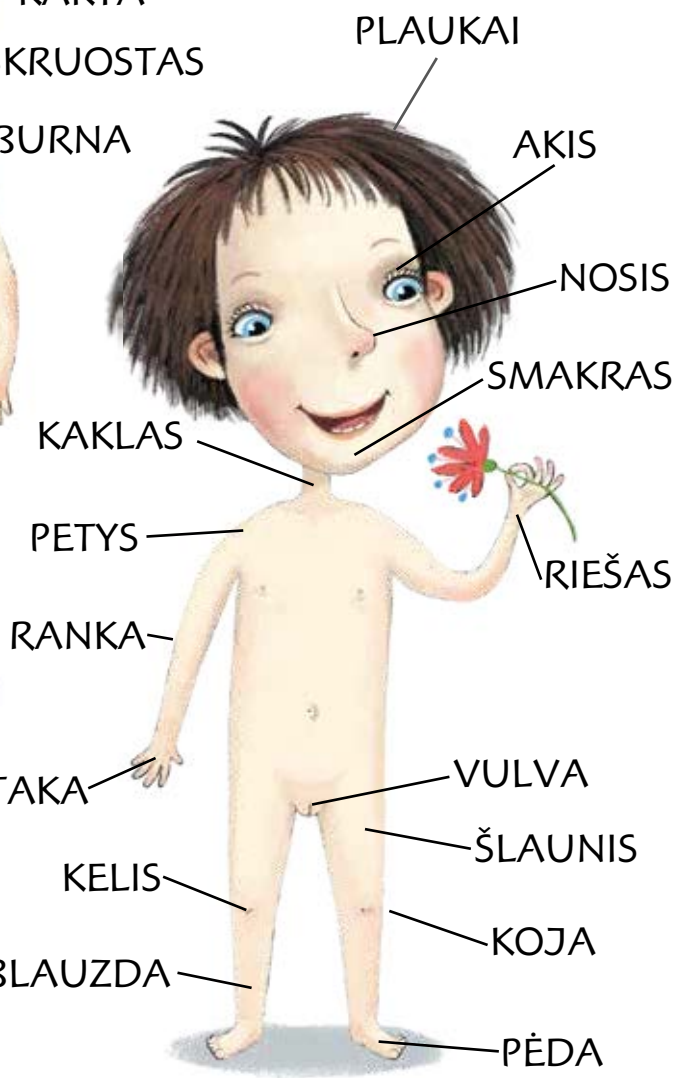
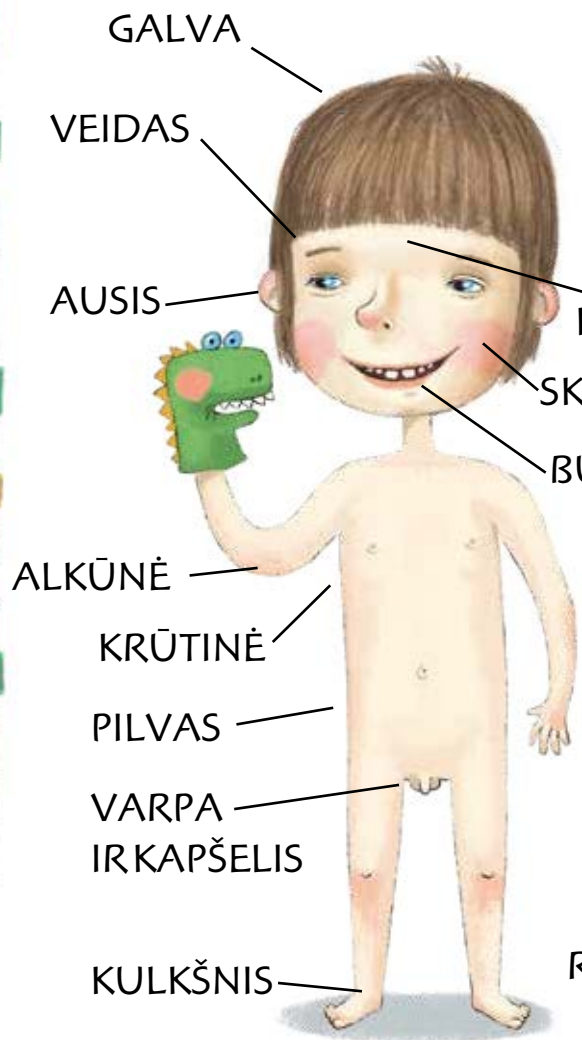


Mes visą gyvenimą senstame! Nors tu dar mažas, vis tiek esi vyresnis už naujagimį. Neįmanoma pasakyti, nuo kurios akimirkos pradėdama senti.



IŠ KO SUDARYTAS MANO KŪNAS?

● MŪSŲ ORGANIZMAS YRA DARNIAI VEIKIANTI SISTEMA, KURIAJĄ SUDARO ĮVAIRIOS KŪNO DALYS.



Žmogaus kūnas sudarytas iš skirtingo dydžio kaulų. **Griaučiai** yra kaulų visuma.

Didžiausias kaulas – šlaunikaulis.



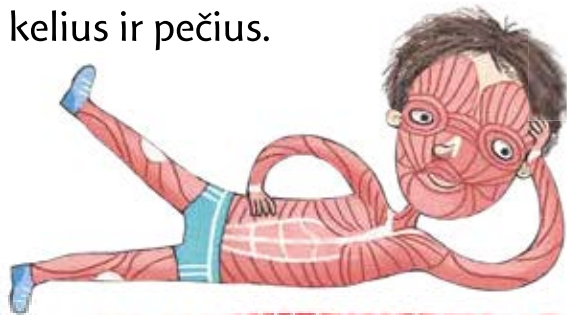
Kaulai laiko kūną ir leidžia mums judėti. Vienus kaulus su kitais jungia tvirti **raiščiai**.

Griaučius sudaro **206** kaulai.



Mums augant, kaulai ilgėja.

Kaulai lankstosi per alkūnes, kelius ir pečius.



Pavargus ima skaudėti raumenis.

Kaulus dengia **raumenys**. Susitraukinėdami raumenys judina visas kūno dalis – nuo akių vokų iki galūnių.



Sportuodamas priversi raumenis dirbti. Jie sutvirtės ir sustiprės.



Kaip veikia mano kūnas?

- Širdis – mūsų kūno variklis. Ji nepailsdama plaka ir po visą kūną varinėja kraują.



Širdis ne visada plaka tuo pačiu ritmu. Kai sportuoji, esi susijaudinęs ar bijai, širdis ima greitai mušti.



Kai esi ramus ar ilsiesi, ji tvinksi lėčiau.

Aktyviausias žmogaus kūno organas yra **smegenys**. Jos tarsi mūsų kūno kompiuteris!



Plaučiai – kvėpavimo organas.



Įkvėpdami į plaučius įtraukiame oro ir jie išsiplečia. Iškvėpdami išleidžiame orą ir plaučiai subliūkšta.



Įkvėpiame šiltą ir drėgną orą. Pūstelėjus į stiklą, šis aprasoja.

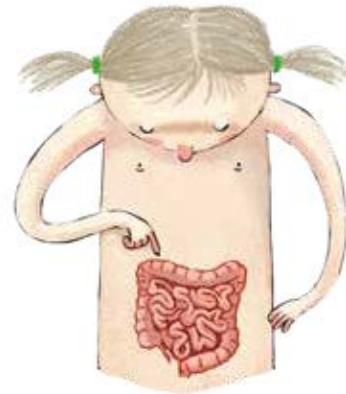
Skrandis – svarbus virškinimo organas.



Maistas į skrandį patenka jį sukramčius ir atskiedus seilėmis.



Skrandžio forma šiek tiek primena kriaušę. Jame maistas virsta tyrė.



Žarnyne maistinės medžiagos įsiskverbia į kraują.



Maisto likučiai pašalinami pro išangę.



Žarnynas yra 5–7 metrų ilgio. Sulig trijų aukštų namu!



Ant vidinės riešo pusės yra vieta, kur galima pajusti savo **pulsą**.